**KỸ NĂNG VIẾT BÀI VĂN THUYẾT PHỤC NGƯỜI KHÁC TỪ BỎ MỘT THÓI QUEN**

|  |
| --- |
| **Đề 1: Thuyết phục người khác từ bỏ thói quen thức khuya** |

**1. Mở bài**

- Giới thiệu vấn đề bàn luận (Cần loại bỏ thói quen thức khuya)

- Lí do hay mục đích viết bài luận.

***Cách 1****:* *Màn đêm dần buông xuống, mọi thứ xung quanh như chìm vào không gian im lặng. Lúc này, con người sẽ cảm thấy cô đơn, những thứ tiêu cực sẽ bủa vây lấy họ. Vậy, từ đâu mà những thứ đó xuất hiện?* ***Thức khuya*** *là nguyên nhân của chúng! Thường mọi người nghĩ thức khuya nó sẽ không ảnh hưởng gì nhiều tới chúng ta. Nhưng! Hôm nay,* ***mình sẽ cho các bạn thấy những tác hại của nó. Và mình hy vọng các bạn sẽ sớm từ bỏ thói quen xấu này.***

***Cách 2:*** *Ngày nay, có rất nhiều người lựa chọn sống và làm việc về đêm. Theo thời gian, họ hình thành cho mình thói quen* ***thức khuya****. Có thể nói,* ***đây là một thói quen xấu cần loại bỏ ngay từ bây giờ.***

***Cách 3****:* *Bạn thân mến, đã gần đến kì thi cuối kì rồi – kì thi mà hầu hết các bạn học sinh đều cảm thấy hết sức hệ trọng và áp lực. Việc học tập làm sao cho thật tốt là điều mà bất cứ bạn nào cũng quan tâm. Có bạn mải chơi, thức đến hai, ba giờ sáng để vào mạng xã hội. Có bạn lại chăm học quá mức đến khuya. Việc* ***thức khuya*** *dù vì lí do gì thì cũng là một thói quen không tốt. Kì thi cuối kì đang sắp đến gần,* ***mình muốn viết bài này để nhắn nhủ đến các bạn hãy có những thói quen lành mạnh.***

**2. Thân bài**

**a. Thức khuya là gì?** Về cơ bản, nếu mọi người thức sau 22h30 vào ban đêm, thì nó được xem là thức khuya.

**b.Tác hại của thức khuya**

 - Sau một ngày dài làm việc mệt mỏi, thì ban đêm chính là lúc cơ thể chúng ta cần có sự nghĩ ngơi. Buổi tối là lúc cơ thể mình đào thải độc tố, cân bằng lại nội tiết tố bên trong, phục hồi các tế bào thần kinh và năng lượng.

 -Tuy nhiên, ngày nay mọi người thường không quá để tâm tới vấn đề đó. Đa phần chúng ta đều lựa chọn sống và sinh hoạt về đêm, vì ban ngày mình phải học tập và làm việc nên không có thời gian riêng cho bản thân.

- Một nghiên cứu được công bố trên tạp chí “Chronobiology International” đã chỉ ra rằng: “*Các nhà khoa học kết luận người hay thức đêm có tỷ lệ mắc bệnh tiểu đường, rối loạn tâm lý và rối loạn thần kinh cao hơn*”

**\* Ảnh hưởng đến sức khoẻ**

**-** *Thức đêm, sử dụng điện thoại ảnh hưởng đến mắt*: Tình trạng khô mắt. Lúc này, mắt mọi người sẽ vừa cay vừa ngứa Theo phản xạ, chúng ta sẽ phải đưa tay lên dụi mắt. Trong lúc các bạn dụi, vi khuẩn từ tay sẽ đi trực tiếp vào cơ thể qua đường mắt.

- *Thức đêm ảnh hưởng đến não bộ***:** Gây suy giảm trí nhớ do não bộ không được phục hồi.

**\* Ảnh hưởng đến nhan sắc**

**-** Suy giảm nội tiết tố.

- Lão hoá nhanh: da đen sạm, , thâm quần mắt xuất hiện và đặc biệt là nổi mụn…

**\* Ảnh hưởng đến học tập**

**-** Sáng hôm sau, chắc chắn nhiều bạn sẽ uể oải, không thể dậy sớm để đến lớp học.

**-** Ảnh hưởng đến kết quả học tập của chúng ta.

**3. Lợi ích khi từ bỏ thói quen thức khuya**

- Sản sinh Serotonin: điều chỉnh cảm xúc, cân bằng tâm trạng, làm việc hiệu quả hơn

- Cơ thể được khoẻ mạnh, làn da được tái tạo

- Bớt căng thẳng, tăng trí nhớ, cải thiện cuộc sống

Liên hệ: Diễn viên – nhà sản xuất truyền hình người Mĩ (Robert Michael Urich):*“ Bề ngoài khỏe khoắn bắt đầu từ bên trong”*

4. **Một số giải pháp**

-Sắp xếp thời gian sinh hoạt hợp lí

-Làm việc có kế hoạch

-Không sử dụng ĐTDĐ trước khi ngủ.

-Cố gắng đi ngủ đúng giờ ( trước 22g30p)

*-*Ngủ sớm, dậy sớm cũng sẽ giúp cho chúng ta có nhiều thời gian chuẩn bị cho buổi sáng đến lớp.

- Bạn cũng có thể nhân buổi sáng sớm để đọc sách hay học bài. Lúc này, đầu óc của chúng ta là minh mẫn nhất.

**3. Kết bài**

- Khẳng định lại ý nghĩa của việc từ bỏ thói quen thức khuya

-Thể hiện niềm tin vào sự cố gắng và thành công của người thực hiện

***Cách 1:******Nói đến đây,*** *mình cũng hy vọng mọi người sẽ bỏ thói quen thức khuya. Dù thói quen là một thứ khó bỏ, nhưng không thử thì sao ta biết được. Mọi người chỉ cần ngủ sớm và dậy sớm thì không lâu đâu ta sẽ bỏ được thói xấu đó. Chỉ phụ thuộc vào sự cố gắng của mọi người mà thôi. Tất cả cũng vì chính chúng ta.*

***Cách 2:******Như vậy,*** *có thể thấy việc hay thức khuya sẽ hủy hoại sức khỏe của con người, dẫn đến hậu quả khôn lường. Nó khiến cho bạn mắc các bệnh nguy hiểm, vì thế bạn hãy từ bỏ thói quen thức khuya và tập cho mình những lối sống lành mạnh. Mình biết việc thay đổi thói quen không bao giờ là dễ dàng, nhưng nếu kiên trì mình tin chắc bạn sẽ thay đổi được nó.*

***Cách 3***: ***Tóm lại****, mình hy vọng chúng ta sẽ có những thói quen tốt để cuộc sống tốt hơn. Việc thay đổi một thói quen không phải là dễ dàng. Nhưng mình đã làm được. Mình tin bạn cũng sẽ làm được. Nếu cần giúp đỡ, bạn có thể tìm đến mình. Mình luôn sẵn sàng trong khả năng của bản thân. Chúc các bạn có được những thói quen tốt!*

|  |
| --- |
| **Đề 2: Thuyết phục người khác từ bỏ thói quen nghiện mạng xã hội** |

**I. Mở bài**

- Giới thiệu vấn đề bàn luận (Cần loại bỏ thói quen nghiện mạng xã hội)

- Lí do hay mục đích viết bài luận.

**Cách 1:** *Xã hội ngày càng phát triển theo hướng công nghiệp hoá, hiện đại hóa thì càng có nhiều vấn đề nổi cộm đáng quan tâm, trong đó phải kể đến hiện tượng* ***nghiện mạng xã hội*** *của giới trẻ. Ngày nay, mạng xã hội vô cùng phổ biến, nhà nhà sử dụng mạng xã hội, người người sử dụng mạng xã hội*. *Thường mọi người nghĩ nghiện mạng xã hội, nó sẽ không ảnh hưởng gì nhiều tới chúng ta. Nhưng! Hôm nay,* ***mình sẽ cho các bạn thấy những tác hại của nó. Và mình hy vọng các bạn sẽ sớm từ bỏ thói quen xấu này.***

**2. Thân bài**

**1. Giải thích**

- **Nghiện**: là trạng thái tâm lý tiêu cực gây ra do việc quá phụ thuộc hoặc sa đà quá mức vào một thứ gì đó có thể gây ảnh hưởng xấu đến người sử dụng hoặc thường xuyên tiếp xúc nó.

-**Mạng xã hội** là một trang web hay nền tảng trực tuyến với nhiều hình thức, tính năng, giúp mọi người dễ dàng kết nối với nhau ở bất cứ nơi nào. Ở đó, không chỉ có các mối quan hệ ảo của những người cùng đam mê, sở thích…mà còn có cả những mối quan hệ đời thực.

- **Nghiện mạng xã hội**: là hiện tượng lạm dụng quá mức vào mạng xã hội, sử dụng mạng xã hội một cách thiếu kiểm soát… dẫn đến những tác hại không mong muốn

**b. Tác hại của thói quen nghiện mạng xã hội**

**-** Tiêu tốn thời gian vô ích, mất phương hướng trong cuộc sống, sống thiếu lý tưởng, không có hoạch định cụ thể cho tương lai nên dễ sa vào những trò vui tốn thời gian, vô bổ

- Ảnh hưởng đến kết quả học tập: bỏ bê việc học, thành tích học tập giảm sút

- Ảnh hưởng đến sức khỏe: Mắt, chóng mặt, suy giảm thị lực, rối loạn giấc ngủ, sức khỏe suy kiệt, tâm trí không được tỉnh táo.
- Mải nói chuyện với người trên mạng mà quên giao tiếp với người thân, chỉ đắm chìm trong thế giới ảo mà thờ ơ, dửng dưng, vô cảm với mọi người xung quanh.

- Không muốn và không biết cách giao tiếp, thậm chí mất niềm tin nơi cuộc đời thực, có khi dẫn đến mặc cảm trong cô đơn, trầm cảm, thu mình lại,.suy nghĩ lệch lạc…dễ bị lôi kéo vào tệ nạn xã hội, có xu hướng bạo lực…

**c. Lợi ích của việc từ bỏ thói quen nghiện mạng xã hội**

 Sự dụng mạng xã hội có ý thức, có kiểm soát, đúng nơi, đúng lúc ta sẽ thấy:

-Nó là công cụ để học tập, chia sẻ những kinh nghiệm học: -Trên mạng cũng có rất nhiều thông tin hữu ích mà con người có thể tra cứu ở mọi nơi, mọi lúc, dễ dàng tìm kiếm thông tin phục vụ đắc lực cho các bài thuyết trình trên lớp phục vụ học tập.

-Giúp ta liên lạc, kết nối với những người bạn ở xa một cách dễ dàng.

- Là nơi có thể thể hiện năng khiếu của mình như ca hát, nhảy múa, khả năng ngoại ngữ, toán học,...,

- Là nơi để lưu giữ những kỉ niệm của tuổi học trò, tuổi thanh xuân của mình.

**d. Giải pháp:**

 -Nâng cao ý thức cho học sinh đồng thời tuyên truyền tác hại của việc nghiện mạng xã hội .

 - Các cơ quan nên có biện pháp kiểm soát chặt chẽ vấn đề phát hành và phổ biến mạng xã hội

 - Giới hạn thời gian sử dụng mạng xã hội, tránh để điện thoại bên mình.

 - Dành thời gian nhiều trò chuyện với những người xung quanh

 -Tham gia các hoạt động thực tế: Đọc sách, thể thao, du lịch,…

**3. Kết bài**

- Khẳng định lại ý nghĩa của việc từ bỏ thói quen nghiện mạng xã hội

-Thể hiện niềm tin vào sự cố gắng và thành công của người thực hiện

**Cách 1:** ***Tóm lại,*** *trong thực tế cuộc sống hôm nay, vấn đề nghiện mạng xã hội vẫn còn hiện tượng nhức nhối đáng báo động. Hãy cùng chung tay loại bỏ hiện tượng xấu này ra khỏi xã hội! Hãy trở thành một con người thông minh, biết tiếp nhận những tinh hoa công nghệ của thời đại phục vụ cuộc sống của chính mình, đừng để chúng có cơ hội bộc lộ những mặt trái tiêu cực và chi phối quá sâu vào cuộc sống chính mình, bạn nhé.*

|  |
| --- |
| **Đề 3: Thuyết phục người khác từ bỏ thói quen đi học muộn** |

**1. Mở bài**

- Giới thiệu vấn đề bàn luận (Cần loại bỏ thói quen đi học muộn)

- Lí do hay mục đích viết bài luận.

**Cách 1***: Đi học muộn đã trở thành thói quen thường gặp của các bạn học sinh, sinh viên trong thời điểm hiện tại. Thói quen này hình thành trong thời gian dài và để lại nhiều hậu quả đối với các bạn trẻ.*

**2. Thân bài**

**a. Giải thích**

- Đi học muộn: Đến lớp đi sau giờ quy định của nhà trường.

- Ở các trường học khắp nơi, đầu mỗi buổi học không khó để bắt gặp tình trạng các bạn học sinh đi học muộn, tiếng trống báo hiệu vào lớp đã vang lên trước đó nhưng vẫn còn có nhiều bạn chưa đến trường, ở ngoài cổng trường hoặc bắt đầu vào trường.

**b. Tác hại của việc đi học muộn:**

**-** Khiến bạn đứng trước nguy cơ bị ghi vào sổ đầu bài, đình chỉ học nếu sự việc thường xuyên tái diễn.

**-** Ảnh hưởng đến thầy cô, những bạn học sinh khác đã có mặt đúng giờ, ảnh hưởng đến sự thi đua, thành tích của cả lớp học.

- Khiến hình ảnh của bạn trở nên xấu xí trong mắt bạn bè. Chẳng ai yêu thương và tôn trọng với người thường xuyên đi học muộn,

- Danh dự cũng như uy tín của bạn sẽ bị suy giảm trong mắt người khác. Mỗi lần đi học muộn, bạn đều tìm cho mình một lí do. Lâu dần, bạn sẽ trở thành kẻ nói dối, trở thành một người không đáng tin cậy trong mắt mọi người.

- Tạo tâm lí hớt hải, việc chủ động trong học tập chưa thực sự tốt và hiệu quả học tập từ đó sẽ bị giảm sút.

 -Trực tiếp đánh mất đi cơ hội quan trọng của cuộc đời ( Vd: *có rất nhiều bạn do đi muộn nên đã không thể tham dự kì thi Tốt nghiệp THPT)*

**c. Lợi ích của việc từ bỏ thói quen đi học muộn**

### -Tạo phong thái bình tĩnh và chỉnh chu cho bản thân.

### - Để lại cái nhìn và suy nghĩ rất tích cực trong mắt thầy cô và bạn bè. Được thầy cô và bạn bè quý mến.

### -Cải thiện và nâng cao năng lực học tập

### -Rèn luyện năng lực tổ chức và quản lý thời gian.

**d. Giải pháp**

- Sắp xếp thời gian hợp lý, cần dự tính thời gian cho những sự cố phát sinh thêm.

- Lập ra thời gian biểu khoa học, "giờ nào việc nấy", tránh lãng phí vào những việc vô bổ không cần thiết.

- Đặt đồng hồ báo thức hẹn giờ để tránh quên giờ và không lỡ mất thời gian.

- Hình thành thói quen đi ngủ sớm và thức dậy trước giờ học từ 30 phút đến 1 tiếng để có thể chuẩn bị cho mình phong thái tốt nhất.

- Biết coi trọng thời gian và đơn giản là có ý thức tôn trọng người khác và tôn trọng chính bản thân mình.

- Nhà trường cũng cần giám sát và kỉ luật nghiêm khắc hơn nữa những học sinh có tình trạng đi học muộn nhiều lần.

**3. Kết bài**

- Khẳng định lại ý nghĩa của việc từ bỏ thói quen đi học muộn

-Thể hiện niềm tin vào sự cố gắng và thành công của người thực hiện

**Cách 1:** ***Nói đến đây****, tôi biết để từ bỏ một thói quen đã in sâu vào tiềm thức không phải là điều dễ dàng. Chắc chắn mỗi chúng ta sẽ cảm thấy chán nản, khó khăn khi hình thành cho mình một chế độ sinh hoạt và lối sống mới. Nhưng tôi tin rằng, nếu các bạn nhận thức được đầy đủ hậu quả do thói quen đi học muộn gây ra và lợi ích của việc từ bỏ thói quen này thì chúng ta sẽ vượt lên được chính mình*.

**Cách 2:** *Cha ông ta có câu: “Giang sơn dễ đổi, bản tính khó dời” dù biết rằng việc thay đổi thói quen từ thường xuyên* ***đi muộn*** *thành một người luôn đúng giờ là một việc làm rất khó nhưng không phải là không làm được. Vì vậy bạn và tôi, chúng ta đừng để* ***đi muộn*** *trở thành thói quen không thể sửa mà hãy cùng nhau trở thành người có thói quen làm việc khoa học và hiệu quả hơn. Hãy biết quý trọng thời gian bạn nhé!*

|  |
| --- |
| **Đề 4: Thuyết phục người khác từ bỏ thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác** |

**1. Mở bài**

- Giới thiệu vấn đề bàn luận (Cần loại bỏ thói quen dựa dẫm, ỷ lại vào người khác)

- Lí do hay mục đích viết bài luận.

***Cách 1:*** *Xã hội ngày càng phát triển văn minh, tiến bộ. Tuy nhiên, còn không ít những hiện tượng tiêu cực. Trong đó không thể không kể đến một số thành phần thanh thiếu niên có* ***thói quen ỷ lại, dựa dẫm vào người khác****. Đây là một thó quen lệch lạc cần phải khắc phục.*

**2. Thân bài**

**a. Giải thích**

-*Ỷ lại* là việc sống thụ động, quen dựa dẫm vào người khác, luôn có tư tưởng nhờ vả, trông cậy vào người khác giúp đỡ mình, làm thay phần việc của mình để bản thân được rảnh rỗi. Ỷ lại là một tính xấu mà mỗi người chúng ta cần bài trừ nhất là đối với người trẻ.

- *Biểu hiện*: luôn thờ ơ với cuộc sống, công việc học tập của chính mình, không suy nghĩ cho tương lai, để mặc bố mẹ sắp đặt mọi việc... Hay đơn giản hơn, từ những việc nhỏ nhất như dọn dẹp phòng ở, giặt giũ,... cũng lười nhác, để bố mẹ làm; gặp bài tập khó thì nhờ vả bạn bè,...

- *Nguyên nhân:* Do sự lười biếng trong cả vận động và tư duy, được gia đình nuông chiều, ăn sung mặc sướng từ nhỏ, sống không có kỷ luật…

**b. Tác hại của thói quen dựa dẫm, ỷ lại**

-Khiến bản thân mình bị người khác chê cười, xem thường.

-Không làm chủ được cuộc đời, không có bản lĩnh, không có sáng tạo,... dễ gặp thất bại trong mọi việc, không phát triển được bản thân mình thì sẽ sớm bị xã hội đào thải.

-Trở thành một gánh nặng cho gia đình khi bố mẹ luôn phải lo lắng cho mình.

- Khi bước ra xã hội sẽ trở thành gánh nặng cho xã hội, dễ bị dụ dỗ lôi kéo sa vào các tệ nạn xã hội, nghiện ngập, cờ bạc.Tương lai của đất nước không thể phát triển tốt đẹp nếu những chủ nhân tương lai của đất nước đều lười biếng, ỷ lại như bạn vậy.

**c. Lợi ích của việc từ bỏ thói quen dựa dẫm, ỷ lại**

- Được người khác quý mến, tin tưởng, tôn trọng.

- Dễ dàng thành công trong mọi việc

- Làm chủ được cuộc đời mình.

-Góp phần phát triển xã hội tốt đẹp, văn minh.

**d. Giải pháp**

**-**Phải có tính tự giác, tự phụ giúp cha mẹ, tự làm việc của chính mình.Tự thân làm chủ cuộc đời, học cách tự đứng trên đôi chân của mình, không được tự biến mình thành cây tầm gửi trong cuộc sống.

-Về cha mẹ thì nên nới vòng tay để con mình có thể thỏa sức vươn đôi cánh ra ngoài, để chúng bước đi, tự đứng lên khi ngã, dạy cho chúng kỹ năng sống, đẩy chúng ra đời, tự sống, tự sinh tồn.

-Gia đình, nhà trường, xã hội cần thay đổi quan niệm về tình yêu thương và giáo dục, không nuông chiều hay quá bao bọc, cần hình thành và rèn luyện tính tự lập cho con em mình.

**3. Kết bài**

- Khẳng định lại ý nghĩa của việc từ bỏ thói quen dựa dẫm, ỷ lại

-Thể hiện niềm tin vào sự cố gắng và thành công của người thực hiện

 **Cách 1: *Quả thật, t****hói quen* ***dựa dẫm, ỷ lại*** *vào người khác là vấn đề phức tạp, khó kiểm soát trong thực tế cuộc sống. Có ai đó đã nói* "*Thói quen ỷ lại là một hòn đá cản bước bạn đến thành công*", *vì vậy hãy mạnh mẽ vứt bỏ hòn đá ấy để con đường đến thành công bớt gập ghềnh hơn* .*Đừng sống dựa dẫm nữa, làm chủ cuộc đời mình chưa bao giờ là quyết định sai lầm cả, bạn hoàn toàn có thể mà, cố lên nào!*

|  |
| --- |
| **Đề 5: Thuyết phục người khác từ bỏ thói quen trì hoãn công việc** |

**1. Mở bài**

- Giới thiệu vấn đề bàn luận (Cần loại bỏ thói quen trì hoãn công việc)

- Lí do hay mục đích viết bài luận.

 **Cách 1**:*Thời gian để hiện thực hóa mục tiêu của mỗi người lại không giống nhau. Có sự khác nhau này không chỉ do định hướng, cách thức thực hiện của con người mà còn bị chi phối bởi* ***thói quen trì hoãn công việc****.Bạn tự hỏi mình vì sao lại không giải quyết công việc một cách dứt điểm, mà cứ phải trì hoãn hết lần này đến lần khác. Vậy làm thế nào để thoát ra khỏi cái vòng xoáy vô hình ấy?*

**2. Thân bài**

**a. Giải thích**

-“*Công việc*” là những mục tiêu, dự định trước mắt mà chúng ta cần thực hiện.

-“*Trì hoãn*” là kéo dài, làm gián đoạn tiến độ công việc.

-“*Trì hoãn công việc”* là chần chừ, chậm trễ trong giải quyết công việc dẫn đến mất rất nhiều thời gian để có thể hoàn thành mục tiêu đặt ra ban đầu

b. **Tác hại của thói quen trì hoãn công việc**

 -Nhà nghiên cứu và diễn giả Piers steel *“95% chúng ta trì hoãn ở một mức độ nào đó.thói quen trì hoãn công việc lại là thói quen được lặp đi lặp lại nhiều lần ở con người, nên nó chính là nguyên nhân gây ra những hậu quả vô cùng tai hại***”**

 **-**Hiệu quả công việc không cao: Thời gian hạn hẹp, không thể chuẩn bị chu đáo dẫn đến kết quả công việc không cao.

-Là nguồn gốc của các thói xấu khác: Làm nảy sinh tính bê trễ, thiếu kỉ luật, trách nhiệm với bản than, với công việc được giao.Xây dựng cho ta một thói quen trì hoãn kéo dài

-Mất lòng tin của mọi người:Khiến bạn mất đi sự tôn trọng của người khác, mất đi vị trí của mình và bị sa thải khỏi xã hội

c.**Lợi ích khi từ bỏ thói quen trì hoãn công việc**

**-** Hiệu quả công việc nâng cao :Dễ dàng hoàn thành và làm tốt những công việc mà mình đề ra

- Khắc phục được những thói quen chưa tốt do “trì hoãn” gây ra**:**Tập trung vào vấn đề mình làm, không bị những thứ xung quanh xao nhãn.

-Lấy lại lòng tin của mọi người: Gây dựng nên lòng tin của người khác và tạo nên nhiều cơ hội hơn cho bản thân và có nhiều cơ hội hơn trong cuộc sống

d. **Giải pháp**

-Tự tin vào bản thân

-Lập lịch trình và tập trung khi làm việc

-Tìm hiểu nguyên nhân của thói quen trì hoãn trong công việc

-Lựa chọn không gian làm việc hoặc học tập phù hợp

**3. Kết bài**

- Khẳng định lại ý nghĩa của việc từ bỏ thói quen trì hoãn công việc

-Thể hiện niềm tin vào sự cố gắng và thành công của người thực hiện

 ***Cách 1:*** ***Có thể nói****, mọi thành quả đều được đánh đổi bằng sức lao động. Càng trông chờ vào may mắn, cuộc đời bạn sẽ càng trì hoãn, bắt đầu trượt dài trên thất bại. Hãy xây dựng lối sống lành mạnh, bồi dưỡng một tinh thần lạc quan, ra sức học tập và rèn luyện, chủ động và tự tin để đi đến thành công.*

**\* Lời hay ý đẹp**

**-Triết gia Aristotle “***Thói quen tốt hình thành khi còn trẻ tạo nên tất cả mọi sự khác biệt”*

**-Thành viên nhóm lập quốc Hoa Kì (Benjamin Franklin) “***Mỗi năm vứt bỏ một thói quen xấu, rồi sẽ đến lúc khiến ngay cả người tồi tệ nhất cũng trở nên tốt đẹp”*

**-Tác giả, diễn giả với hơn 80 đầu sách được dịch ra hàng chục ngôn ngữ trên thế giơi(Brian Tracy): “***Người thành công chỉ đơn giản là người có những thói quen thành công”*